

# ほほえみ新門

1月号

Vol.359

発行日/令和8年1月10日  
編集・発行・責任/ほほえみグループ



謹  
賀  
新  
年



ほほえみ♥グループ

高齢者医療と介護

医療法人  
ほほえみ会

ほほえみ 株式会社 ほほえみ 診療所

## ほほえみグループの安心

### ① 健康・医療サービスの充実に努めます

ほほえみグループには、ほほえみ診療所(広島)とクリニックほほえみ(呉)があり安心して過ごしていただけます。また、提携医療機関と連携し、あなたの健康を守ります。

●広島記念病院様 ●県立広島病院様 ●中電病院様 ●マツダ病院様

### ② 寝たきり状態になつてもお世話をさせていただきます

現在あるいは将来、寝たきり状態になつても、ほほえみグループの医療介護サービスを利用し、さらに地域の医療介護機関と連携しながらお世話をさせていただきます。(但し、状況によってはグループ内で施設をかわっていただくことがあります。)

### ③ 最期までお付き合いさせていただきます

ご本人、ご家族の意志を尊重した終末医療(ターミナルケア)を心がけます。身体状況が悪化したり、他施設への入所が決まった際にも責任を持って紹介業務や転院のお手伝いをさせていただきます。(胃ろう造設されている方も対応可能です。)

### ④ 認知症になつてもお世話をさせていただきます

認知症専門医師の診療や介護相談を受けることができます。認知症の症状がある方や、認知症を将来発病されても粘り強く対応させていただきます。(但し、自傷他害の強い問題行動がある場合は一時的に精神科病院等に転院していただくことがあります。)

URL

<http://hohoemi-gr.jp>

ほほえみグループ

検索



# 本年も宜しくお願ひいたします

旧年中は、格別のお引き立てを賜り、厚く御礼申し上げます。

平素より、ほほえみグループをご愛顧いただき、  
誠にありがとうございます。

ご入居者様ならびにご家族様、関係各位の  
温かいご支援とご協力に支えられ、  
無事に新しい年を迎えることができましたこと、  
心より感謝申し上げます。

本年も、皆さんに「ほほえみ」をお届けできるよう、  
職員一同が一丸となり、  
安心・安全で心の通う施設運営に努めてまいります。  
今後とも、変わらぬご理解とご支援、ならびに  
ご指導ご鞭撻を賜りますよう、  
何卒よろしくお願ひ申し上げます。

令和8年1月  
ほほえみグループ

# ほほえみ通信



2025.12/31までのご報告をお届けします

2026

January

1

※ほほえみグループは、個人情報保護の重要性を認識し、「ほほえみ通信」の写真には画像処理を施しております。  
ご理解の程、何卒宜しくお願ひ申し上げます。

## ほほえみ呉 デイサービス5F

### 「ほほえみ忘年会」

今月の12月15日でほほえみは創業30周年を迎えたことでご利用者様に感謝の気持ちを伝えたあと、今月の行事をスタートいたしました。今月はほほえみ忘年会と題し、午前中はしめ縄作りに挑戦です…とは言え、土台のしめ縄に扇や松・水引きなどの飾りを貼っていただく、いつもよりは簡単な作業でしたが、完成品を手に持ち「かわいいのができた~」「どこに飾ろうかな」と嬉しそうな表情を見せてくださいました。午後からは毎年恒例の紅白歌合戦です!!今年はご利用者様対スタッフで紅白に分かれましたが、さすがご利用者様は日頃からカラオケで鍛えているためか緊張することもなく着物に衣裳チェンジし堂々と歌い上げてくださいました。スタッフも負けまいと恥を捨て、変顔の化粧とビニール袋で作った衣裳で大ハッスル!ご利用者様は大喜びで涙を流し大爆笑でしたが、結果は満場一致で引き分けとなりました。今年最後の行事を笑顔、笑顔で終えることができ嬉しく思っています。これからもご利用者様がずっと笑顔(ほほえみ)を持ち続けられるよう、私達スタッフは一丸となって頑張ります♡



※顔写真は、了解を得て掲載させていただいております。

## ほほえみ呉 デイサービス6F

### 「お楽しみ会」

12月12日に行いました。午前中は師走を飾る「シクラメン作り」をしました。ピンク・赤・紫の色紙で作った花や植木鉢の茎を「どこにしよう」と悩みながら色紙に貼ってもらいオリジナルなシクラメンの飾りができあがり喜んでもらいました。午後は12月に入り寒さを感じる季節になり温泉気分を味わってもらいたく「タオル積みゲーム」をしました。2人ペアでタオルを「たたむ人」「頭にのせる人」になり1枚ずつ落とさずにタオルを頭に積んでもらいました。頭を突き出したたり2人で工夫をしながらも、うまくいかなくて落ちたりしましたが何とか上手に積む事ができていました。最後は10枚のタオルを10人が1枚ずつ頭に積み上げる事に成功し全員で拍手をして終えました。おやつは「チョコレートケーキ」をおいしく食べて12月も笑顔いっぱいに過ごせました。



※顔写真は、了解を得て掲載させていただいております。

## ほほえみ呉 デイケア

### 「年忘れ、紅白対抗風船バレー大会」

午前中は筒立てゲーム、午後からは風船バレー大会です。普段傾眠されている方も、臥床されている方もそろって全員参加です。寒さで縮こまっている身体をしっかりと動かしていただきました。おやつは、呉の老舗洋菓子店のお菓子。ちょっと大きめのお菓子でしたが、皆様ペロリです。今日一番の笑顔で頑張っていました。これからもっと寒くなりますが、しっかり運動して、たくさん食べてくださいね。



※顔写真は、了解を得て掲載させていただいております。

## ほほえみ 吳東

### 「クリスマス会」

ほほえみ吳東では12月13日(土)に行事「クリスマス会」を行いました。グループブレク形式で、テーブルごとに様々な制作、ゲームを行います。小さなクリスマスツリー(職員制作)に飾りをつけて完成させるグループ、数合わせやぬり絵をするグループ、運命ゲームで盛りあがるグループなどをして、皆でクリスマスの曲を聞きながら、雰囲気を味わいました。皆様の普段は見れないような笑顔を見る事ができて、職員もとてもうれしく感じました。おやつにはいちごのポーションケーキを食べて楽しい一日となりました。



※顔写真は、了解を得て掲載させていただいております。

## ほほえみ 吳中央

### 「クリスマス会」

12月ほほえみ吳中央では、クリスマス会を開催しました。まずはクリスマスツリーの飾り付けを行いクリスマス会の準備完了。ご利用者様はトナカイ・サンタクロースの帽子をかぶり、トナカイ・サンタクロースになりきりクリスマスにちなんだジングルベルを何故か熱唱。大変盛り上がりました。歌の後は写真撮影を行いサンタさんからの贈り物のクリスマスプレゼント抽選会を行い、サンタさんからの贈り物も無事届きました。最後のおやつの時間にはクリスマスケーキを提供。「美味しい」と声もあり、最後まで賑やかな会になりました。

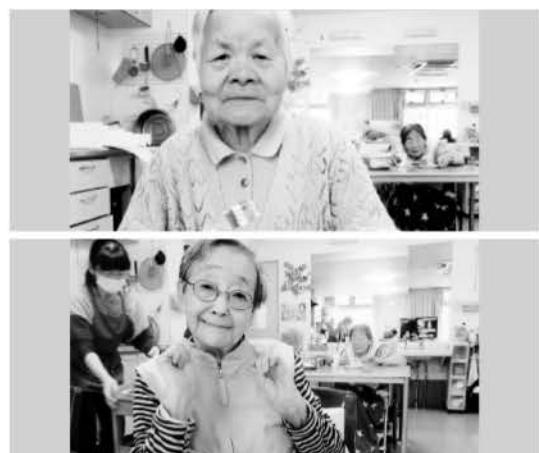


※顔写真は、了解を得て掲載させていただいております。

## ほほえみ 吳安浦

### 「クリスマス会」

ほほえみ吳安浦では、12月22日に「クリスマス会」を開きました。ツリーを用意した時から心待ちにしていたクリスマス会当日です。皆様で、ジングルベル・きよしこの夜を合唱しサンタクロースの登場です。プレゼントは、ご利用者様の手編みのクッションです。ケーキを食べ、楽しいクリスマスを過ごしました。



※顔写真は、了解を得て掲載させていただいております。

## ほほえみ つばき

### 「クリスマス会」

12月に入り今年も終わりに近づいて来ました。ほほえみつばきでは毎年恒例のクリスマス会を行いました。最初にクリスマスツリーの飾り付けを順番に行います。鈴や綿、オーナメント等使い順番に飾り付けていきます。飾り付けを行った後記念撮影。しっかりポーズを決めて「パシャリ」クリスマスの記念に残る写真が撮れました。飾り付けが終わり皆でケーキを食べます。苺のケーキ、チョコレートケーキ、抹茶のケーキ等色々なケーキの中で好きなケーキを順番に選んでいきます。全員選んだら「いただきます」。「ケーキを食べたからいい正月が迎えられる」「ケーキ美味しかった」等言われ盛り上がりました。今年の終わりを感じる行事となりました。



## ほほえみ 広国際通り

### 「クリスマス会」

ほほえみ広国際通りでは12月14日(日)少し早めの「クリスマス会」を行いました。オリンピックが近いこともあり、ゲームでは“クリスマスカーリング”を行いました。点数の書かれたツリーめがけて交互に玉を滑らせます。星まで届けば100点です。「あ～力が入り過ぎた」「やったー100点じゃ」等、しっかりと狙いを定めて楽しまれていきました。ツリーの前で記念撮影をし、ケーキを食べながら「美味しいね」「今年ももう終わるね」「次はお正月じゃね」と談笑されました。



※顔写真は、了解を得て掲載させていただいております。

## ほほえみ 呉蔵本通り

### 「クリスマス会」

12月15日(月)ほほえみ呉蔵本通りでは、クリスマス会を開催しました。お皿に並んだケーキやイチゴを見て、笑顔になった後「どちらから食べようか?」と悩んでおられました。食べ始めると、あっという間に完食され、「どれも美味しいかった。ありがとう」と喜ばれていきました。笑顔あふれる1日になりました。



## ラ・ポルトほほえみ・エクセレント

### 「クリスマス会」

ラ・ポルトほほえみでは、各フロアごとに「クリスマス会」を開催いたしました。ケーキ、チョコフォンデュ、ポップコーン、フルーツ、お菓子などを準備し、一年を振り返りながら楽しい会話、笑顔あふれる、とても充実した一日となりました。



## ほほえみ診療所デイケア

### 「クリスマス会」

デイケアでは12月25日にクリスマス会を行いました。Aユニットでは午前に『サンタとトナカイに元気パワー注入ゲーム』と題して得点に応じてサンタに衣装を着せていくゲームを行いました。少しずつサンタの衣装に着替えていくおじいさんを見て皆様大喜びでした。Bユニットでは午後にbingoゲームを行いました。1~3等までに景品が用意され、当たったご利用者様からは喜びの声やあとちょっとで入賞できなかった方からも残念そうな声も聞かれましたが皆様楽しそうに参加してくださいました。



## ほほえみ 矢野

### 「クリスマス会」

ほほえみ矢野では、12月「クリスマス会」を開催しました。まず、職員によるハンドベル演奏や皆様でクリスマスの合唱を行いました。続いて、雪だるまやサンタで飾ったペットボトルにボールを投げて倒すゲームを行いました。ご入居者様は、体を乗り出して必死に投げて倒れる度にご入居者様の歓声で大盛り上がりでした。次にクリスマスツリー釣りゲームをしました。上手な方は何枚も釣り上げられ、「かわいいいね」と喜んでおられました。最後にサンタさんがやってきて、釣り上げたクリスマスツリーとプレゼント交換(お菓子)を行いました。



## ほほえみ 安芸路

### 「運営懇談会とギター演奏会」

明けましておめでとうございます。今年もどうぞよろしくお願ひいたします。さて、皆様がこの記事を読んでくださる頃は1月の半ばです。1年経つのが本当に早い事を毎年痛感します。昨年、といつても先月12月の事ですが、平日開催ではありましたがご入居者様ご家族様にご参加いただき、恒例の「安芸路運営懇談会」を行いました。施設の日頃の取り組みや様々なデータ、またご入居者様の日頃の様子の動画で紹介し、給食部門の担当者様からのご入居者様のお食事についてのお話も盛り込み、ご家族様からのご意見やご要望等も伺うことが出来ました。そして今回は運営懇談会後、ご入居者様に大人気のギター演奏ボランティアさんによるクリスマスギター演奏会を行い、ご家族様にもご入居者様と一緒に聴いていただきました。ご入居者様は勿論「私の青春時代の懐かしい曲を演奏してくださり涙が出了ました!」とあるご家族様から感想をいただき、大変ご家族様にも喜んで貰えたようです。



※顔写真は、了解を得て掲載させていただいております。

## ほほえみ 広島西

### 「クリスマス」

ほほえみ広島西にたくさんのサンタがやってきました。そして、去年に引き続きクリスマスカラーの恐竜も現れ、ご入居者様と一緒に歌ったり踊ったり!はじめはびっくりされましたが、徐々に慣れて「中に誰がいるん?」と大喜びで眺め、皆で一緒にピンゴゲームで盛り上りました。グループホームにもたくさんのサンタがやってきて手作りカードをプレゼントしました。「ありがとう、いつも楽しみにしてるよ」と笑顔でクリスマスケーキを食べられ「おいしいね、クリスマス大好き」と喜ばれました。



## ほほえみ みゆき

### 「クリスマス」

クリスマスツリーやリース等で壁を飾り、館内は一気にクリスマスの雰囲気に包まれました。「きれいね」「もう、そんな季節なのね」と皆様、華やかな飾りに自然と笑顔になりました。クリスマスソングを口ずさむ方もいらっしゃり、楽しい一時になりました。



※顔写真は、了解を得て掲載させていただいております。

# 消防訓練

ほほえみグループ施設で消防訓練を実施いたしました。

防災設備の位置や、消火器の使い方、出火確認、初期消火、避難誘導など火災発生時の対応動作を実践しました。訓練に初参加の職員も多く、ひとつずつ手順を確認しながらの訓練でした。

火災が万が一起きてしまった場合に、全職員が冷静に対応、迅速に動けるよう、今後も定期的に消防訓練・避難訓練を実施してまいります。



☆こんにちは！ 株式会社 千成 です☆



本年もよろしくお願ひいたします



今年も皆様に安全で美味しいお食事をお届けできるよう励んでまいります！  
年末年始はつい偏った食事をしてしまうという方も多いのではないでしょうか？

そこで冬型栄養失調についてご紹介します。

## ◆ 冬型栄養失調とは

冬は体温を下げないようにするために、夏より10%多くのエネルギーを消費するといわれています。夏と同じ栄養バランスだとビタミンやミネラルなどの栄養素が足りなくなり、様々な身体の不調を引き起こします。このような状態を冬型栄養失調といいます。冬型栄養失調は、心臓や血管、脳にも影響を及ぼすことがあるので注意が必要です。

## ◆ どんな症状？

- まぶたがぴくぴく動く
- 口内炎ができる
- 傷が治りにくい
- 髪が夏場より抜ける
- 乾燥肌がひどい
- 外に出るとドキドキする

## ◆ 必要な栄養素を摂りましょう

①ビタミンB群　寒さを感じると、体内では熱を作り出すために交感神経を働かせ、ビタミンB1やB6を消費します。  
食材:豚肉・豚レバー・うなぎ・マグロ・サバ・あさりなど



②ビタミンC　抗氧化作用や体内に入った異物を解毒する作用があるため、冬は特に意識して摂りたい栄養素です。  
食材:みかん・キウイフルーツ・イチゴ



③鉄 分　冬場は特に鉄分不足の傾向が強いため注意が必要です。鉄の吸収はビタミンCが関与しているので鉄とビタミンCはセットで考え、不足しないように気をつけましょう！  
食材:豚や鶏のレバー・はまぐり・卵黄・ココア・抹茶



# ご利用者の満足、地域の信頼を得て広島と呉で介護施設をご用意。

## 医療法人 ほほえみ会®

〒737-0046  
呉市中通一丁目2番3号  
TEL(0823)21-2525 FAX(0823)21-2711

## ほほえみ株式会社®

本社  
〒730-0022  
広島市中区銀山町3番1号ひろしまハイビル21  
TEL(082)541-2527 FAX(082)248-1500

## ほほえみ診療所

〒730-0024  
広島市中区西平塚町4番15号  
TEL(082)541-2528 FAX(082)541-2529



### 広島地区 総合案内 TEL.082-541-2525

**1** **La Porte Hohoemi 本館  
ほほえみ有料老人ホーム  
エクセルント[介護付]**  
(特定施設入居者生活介護)  
■入居定員/85名  
**ほほえみ有料老人ホーム  
エクセルント[住宅型]**  
■入居定員/33名  
看護師・介護士が24時間365日施設に常駐。診療所が併設し、安心の医療体制。又、認知症専門医の診察が受けられます。医療・リハビリの国家資格を有する専門医が毎日フロアで集団リハビリや個別リハビリを実施。  
■ほほえみ診療所(在宅療養支援診療所)  
・内科・神経内科・精神科・訪問歯科・皮膚科  
入居者様の定期的診察と治療。  
◇重度認知症デイケア併設  
専門のデイケアでリハビリを行えます。  
■エクセルント鍼灸院  
1 2 3 ほほえみの介護の複合施設として、安心できる環境をお届けします。

広島市中区西平塚町4-15 TEL.082-541-2525

**6** **ほほえみ有料老人ホーム  
みゆき[住宅型]**  
■入居定員/38名  
■入居対象者/要介護の認定を受けている方。  
経営栄養可。  
ターミナルケア(終末ケア)を実施。家庭的な環境のもとで、安心とやすらぎをご提供させていただきます。

広島市南区宇品御幸1丁目15-7 TEL.082-254-0067

**7** **ほほえみ  
グループホーム広島西**  
(認知症対応型共同生活介護)  
■入居定員/18名  
■入居対象者/認知症がみられる要支援2及び要介護1以上の認定を受けている方。  
小学校が隣にあり、笑顔で過ごしていただけるよう努めています。

広島市佐伯区八幡東4丁目26-11 TEL.082-926-4688

**8** **ほほえみ有料老人ホーム  
広島西[住宅型]**  
■入居定員/32名  
■入居対象者/要介護の認定を受けている方。  
デイケア利用可。  
のどかな雰囲気でレクリエーションやリハビリに積極的に取り組んでいます。

広島市佐伯区八幡東4丁目26-5 TEL.082-927-6600

### 総施設概要

- |            |              |
|------------|--------------|
| ■診療所       | 2カ所          |
| ■老人保健施設    | 1施設(定員88名)   |
| ■有料老人ホーム   | 11施設(定員503名) |
| ■グループホーム   | 3施設(定員54名)   |
| ■高齢者専用賃貸住宅 | 1施設(20室)     |

**7** **デイサービスセンター  
ほほえみ呉東**  
(通所介護・介護予防通所介護)  
■定員/27名  
■対象者/要支援1・2及び要介護1以上の認定を受けている方。  
趣味・特技を発揮できる場の提供に努め、一人一人と談話する機会を多く持ち、スタッフが足マッサージを行うなど家庭的な雰囲気作りを心がけています。短時間通所可能です。

呉市仁方本町1丁目2-3 TEL.0823-79-2322

**8** **グループホーム  
ほほえみ呉安浦**  
(認知症対応型共同生活介護)  
■入居定員/18名  
■入居対象者/認知症がみられる要支援2及び要介護1以上の認定を受けている方。  
陽射しがいっぱいのリビングで快適に暮らして、みなさんと楽しくのんびりとした生活が送られるよう支援いたします。

呉市安浦町安登東5丁目4-5 TEL.0823-84-7225

### 呉地区 総合案内 TEL.0823-21-2525

**1** **クリニックほほえみ呉**  
◆重度認知症デイケア  
◆デイサービスセンター  
地域に根付いた高齢者の方のための医療施設を目指しています。

呉市中通1丁目2-3 TEL.0823-21-2525

**2** **介護老人保健施設  
ほほえみ呉中央**  
■定員/88名  
■入所対象者/要介護1以上の認定を受けている方。  
認知症の方から寝たきりの方まで様々な介護の必要な方に対応できるよう、施設で体制をつくり取り組んでおります。

呉市中央5丁目1-6 TEL.0823-32-5678

**3** **ライフアシストほほえみ呉中央**  
(高齢者専用賃貸住宅)  
■入居戸数/全20室  
■入居対象者/要支援1・2及び要介護1以上の認定を受けている方。  
高齢者の方の安心でいきいきとした生活を温かく支援します。  
呉駅前通りに面し、病院や介護施設が隣接。安心した生活の場を提供します。

呉市中央5丁目2-1 TEL.0823-21-2525

**4** **ほほえみ有料老人ホーム  
呉蔵本通り[住宅型]**  
■入居定員/57名  
■入居対象者/要支援1・2及び要介護1以上の認定を受けている方。  
経営栄養可。デイサービス利用可。  
要支援から要介護5までの広い範囲で入居して頂いており、一日を楽しくやかに過ごして頂けるよう高齢者への気持ちを大切に笑顔で対応することがけであります。

呉市中央3丁目11-18 TEL.0823-21-8080

**5** **ほほえみ有料老人ホーム  
つばさ[住宅型]**  
■入居定員/18名  
■入居対象者/要介護1以上の認定を受けている方。  
経営栄養可。デイサービス利用可。  
高齢者への気持ちと一人一人の尊厳を大切にし、家庭的な雰囲気で過ごして頂けるよう対応いたしております。ターミナルケア(終末ケア)に積極的に取り組んでいます。

呉市中央5丁目11-27 TEL.0823-25-6690

**6** **ほほえみ有料老人ホーム  
広国際通り[介護型]**  
(特定施設入居者生活介護)  
■入居定員/36名  
■入居対象者/要支援1・2及び要介護1以上の認定を受けている方。  
毎日を元気生き過ごしていただるために、接遇や腰掛づくりに気を配り、優しい気持ちで対応させていただきます。

呉市広古新開8丁目25-6 TEL.0823-71-4100

**4** **ほほえみ有料老人ホーム  
矢野[介護付]**  
(特定施設入居者生活介護)  
■入居定員/72名  
■入居対象者/要支援1・2及び要介護1以上の認定を受けている方。  
経営栄養可。  
緑に囲まれた自然環境の中、ゆったりとした生活を送れます。全室個室、安心な医療連携にて24時間あなたたちをサポートします。

広島市安芸区矢野西7丁目24-13 TEL.082-889-6078

**5** **ほほえみ有料老人ホーム  
安芸路[住宅型]**  
■入居定員/40名  
■入居対象者/要介護の認定を受けている方。  
経営栄養可。デイサービス利用可。  
共有スペースが広く「緑地」をキーワードに快適で穏やかな環境を提供させていただきます。

広島市安芸区矢野東5丁目7-23 TEL.082-888-3232